CODE DE POINTAGE
GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

ANNEXE 3 : MODE D'EMPLOI CARTE DE COMPETITION ETABLISSEMENT ET EXCELLENCE

❖ Seules les cartes de compétition jointes dans ce règlement sont utilisées en compétition

❖ Pour remplir la carte de compétition (format Word), 2 solutions possibles : Faire les dessins à la main ou importer les dessins des Annexes 1 et 2 (pour chaque dessin à importer faire une sélection dans le document PDF, copier, puis coller dans le document Word)

❖ Chaque exercice doit être représenté sur une seule feuille.

ETABLISSEMENT Les éléments collectifs et individuels doivent être représentés sur le même tableau et dessinés dans les cases dans l'ordre de leur réalisation. Les éléments individuels réalisés simultanément ou en succession immédiate par les partenaires doivent être dessinés dans deux cases successives: une case pour le Tableau1/Passage1 et une case Tableau 2/Passage2

EXCELLENCE Les éléments collectifs doivent être représentés sur le même tableau et dessinés dans les cases dans l'ordre de leur réalisation.
Les éléments individuels doivent être représentés sur le même tableau et dessinés dans les cases dans l'ordre de leur réalisation. Les éléments individuels réalisés simultanément ou en succession immédiate par tous les partenaires doivent être dessinés dans la même case.

❖ La durée des maintiens (3″, 2″) doit être précisée sur les illustrations.

❖ Toutes les rotations transversales et longitudinales doivent être précisées sur les illustrations de la façon suivante :

- Rotations transversales 4/4 ; 6/4…
- Rotations longitudinales 180°; 360°…
- Positions des rotations G (groupé), C (carpé), T (tendu), TC (tendu carpé)
- Sens des rotations B (back), F (front)

- Les éléments doivent être identifiés

ETABLISSEMENT : le **nom** de chaque élément ainsi que le **type d'exigence** doivent être précisée dans les cases prévues à cet effet

EXCELLENCE : La **colonne** et la **ligne** de chaque élément imposé (Découverte et Fédéral 1) doit être précisée dans les cases prévues à cet effet.
Pour chaque élément libre (Fédéral 1) indiquer les références :

- P : indiquer le numéro de la **Page** (en bas de page de chaque table de difficulté) sur laquelle se situe l'élément ainsi que l'**identification** de l'élément
- Pour les éléments individuels, indiquer le **numéro** de l'élément

- la valeur en difficulté de chaque élément doit être précisée dans la case **Valeur**

- Pour l'EXCELLENCE, le Total de Difficultés doit être calculé.

  Indiquer enfin la Note de Difficulté obtenue :
  Pour le programme **Découverte**, par le total de difficultés
  Pour le programme **Fédéral 1**, grâce aux tables de conversion

- Pour l'EXCELLENCE il est fortement conseillé d'utiliser les **ALTERNATIVES** (le « ou ») : en cas d'hésitation entre plusieurs éléments collectifs ou individuels des exercices. L'enseignant peut les inscrire sur la carte de compétition dans les cases voisines en mentionnant clairement l'alternative par le mot « ou » entre les éléments représentés. Seule la valeur de l'élément réalisé est prise en compte. Un maximum de 3 alternatives est autorisé par carte de compétition.